

« Au Fil Des Gourmandises »

Par Delphine

Pour les enfants de Coslédaà-Lube Boast

Numéro 7 - AUTOMNE 2016



Salut les p'tits gourmands !!

Voyons voyons....mais on est déjà au mois de Novembre !! Rhooo lala, dans 1 mois ça sera presque Noël !!!

Bin j'ai une idée : si c'était le thème de nos recettes !?

J'ai bien envie de partager avec vous ma recette de pain d'épices ; ne faites pas « beurk » !! Celui-là est vraiment exquis ! Avec une salade d'orange, hummmm... je ne vous dis pas le régal !

Pour la deuxième recette, rien que pour vous bande de gourmands, les truffes au chocolat, que vous pourrez mettre sur la table de Noël vous ne mangez pas tout avant !!



si

Allez, c'est parti !! A vos tabliers, petits cuisiniers !



Le pain d'épices :

Ingrédients : (càc = cuillère à café)

- 375g de farine
- 150g de beurre
- 200g de miel
- 200g de sucre roux
- 1 verre et demi d'eau
- 1 càc de bicarbonate de soude
- 1 càc de levure chimique
- 1 càc cannelle, 1càc gingembre (ou 2 càc d'épices à pain d'épices)
- 1 zeste de citron



Mélange la farine, la levure, les épices, le bicarbonate et le zeste.

Dans une casserole fais chauffer doucement l'eau, le miel, le sucre et le beurre jusqu'à ce que tout soit bien fondu.

Mélange tous ensemble petit à petit et verse la pâte dans un moule à cake beurré et fariné.



Enfourne dans le four chaud à 150° pendant 1h.

Tu peux servir ce pain d'épices au dessert avec une salade d'oranges (fais toi aider par tes parents !)

Pour les plus gourmands, au repas de Noël, propose des tranches fines avec le foie gras !

Les truffes au chocolat :

Ingrédients :

- 250g de chocolat noir
- 100g de beurre
- 2 jaunes d'œuf
- Poudre de cacao non sucrée/sucre glace



Dans un tupperware casse le chocolat et verse dessus de l'eau bouillante ; ferme hermétiquement avec le couvercle adapté. Le chocolat va fondre en quelques minutes.

DEMANDE DE L'AIDE A TES PARENTS POUR
MANIPULER L'EAU BOUILLANTE !

Entrouvre le Tupperware et jette l'eau qui reste.



Ajoute le beurre ramolli, les jaunes d'œuf.



Mélange bien, referme la boîte et place le tout au frigo pour faire durcir la pâte.



Quand le mélange est durci, prélève une noix, façonne la en boule et roule la dans la poudre de cacao ou le sucre glace.



Et pour finir ce thème de Noël, je te propose de
fabriquer des objets en pâte à sel.



Tu pourras faire ce que tu veux ! Bougeoirs, décorations de tables, sapins, suspensions pour le sapin....

La seule vraie limite est ton imagination ; mais je suis sûre que tu en as beaucoup !!



Voici la recette de base :

- 2 verres de farine, 1 verre de sel fin, 1 verre d'eau tiède



Dans un saladier, mélange la farine et le sel avec tes mains.

Ensuite verse d'un seul coup le verre d'eau tiède et mélange.

Utilise un rouleau à pâtisserie pour étaler la pâte sur un plan de travail fariné.



Tu peux utiliser des emportes pièces ou inventer toi-même tes propres modèles !

Si tu fais des suspensions, à l'aide d'une paille, fais un trou au sommet pour pouvoir passer la ficelle après la cuisson !

Lorsque tes formes sont faites, place tes créations sur une plaque de cuisson recouverte d'une feuille de papier sulfurisé et laisse sécher à l'air libre pendant 12h.



Tu peux maintenant cuire tes sujets à 100° pendant environ 2h.

Pour la finition, choisis du vernis ou de la peinture !

Les fêtes terminées, il faudra penser à conserver les formes dans une boîte hermétique afin de les réutiliser l'an prochain !!

JOYEUX NOËL !